

MEIN TAGESPLANER

Für meinen Körper (Laufen, Übungen, Ernährung, Bad, Medizin)

Für Seele und Geist (Meditation, Lesen, Kultur, Kreativität, Unterhaltung)

Für Haushalt und Garten (Kochen, Gartenarbeit, Putzen, Aufräumen, Wäsche)

Für andere (schreiben, anrufen, tun)

Für meinen Beruf/Arbeit

UHRZET	TO-DO	DONE
6:00		
7:00		
8:00		
9:00		
10:00		
11:00		
12:00		
13:00		
14:00		
15:00		
16:00		
17:00		
18:00		
19:00		
20:00		
21:00		
22:00		
23:00		